

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
200	<b>Запеканка морковня с творогом</b>	кКал-131, Бел-3, Жир-3, Угл-22	<b>70-50</b>
250	<b>Запеканка морковня с творогом</b>	кКал-163, Бел-3, Жир-4, Угл-27	<b>75-69</b>
40/10	<b>Бутерброд с маслом</b>	кКал-137, Бел-3, Жир-7, Угл-16	<b>3-13</b>
50/10	<b>Бутерброд с маслом</b>	кКал-165, Бел-3, Жир-8, Угл-20	<b>3-75</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	кКал-58, Угл-15	<b>2-54</b>
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-654, Бел-12, Жир-22, Угл-100	<b>155-61</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из капусты белокачанной с морковью</b>	кКал-135, Бел-1, Жир-10, Угл-9	<b>2-49</b>
250	<b>Свекольник</b>	кКал-61, Бел-2, Жир-3, Угл-4	<b>16-74</b>
300	<b>Свекольник</b>	кКал-73, Бел-3, Жир-4, Угл-4	<b>20-08</b>
100	<b>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</b>	кКал-182, Бел-14, Жир-10, Угл-7	<b>47-83</b>
150	<b>Каша перловая рассыпчатая</b>	кКал-1 063, Бел-43, Жир-11, Угл-197	<b>6-54</b>
200	<b>Каша перловая рассыпчатая</b>	кКал-1 417, Бел-58, Жир-15, Угл-263	<b>8-72</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>3-75</b>
200	<b>Сок</b>	кКал-50, Угл-11	<b>19-97</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-2 979, Бел-121, Жир-54, Угл-495	<b>126-12</b>
<b>Итого за день</b>		кКал-3 633, Бел-133, Жир-77, Угл-596	<b>281-73</b>

Директор  
школы

Воробьев В.А.

Технолог  
пищеблока

Григорян С.С.

